



EXEMPLE SEMAINE 2023-24 / EXAMPLE WEEK 2023-24

SUNDAY	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
GROUP 2 DDO ARENA 1 I 7h00-8h00 D 8h00-8h30						
GROUP 3 DDO ARENA 1 I 8h00-9h00 D 7h30-8h00						PENGUINS DDO ARENA 3 I 8h30-9h30
GROUP 4+ DDO ARENA 1 I 9h00-10h00 D 8h30-9h00						GROUP 2 PFDS D 8h30-9h00 I 9h00-11h00
GROUP 4 I 10h00-11h00 D 9h30-10h00						
GRP1 PFDS D 12h00-13h00						GROUP 1 MAURICE D 14H20-14H55 I 14h55-16H20
		GROUP 3 DDO ARENA1 I 17h00-18h00 D 18h00-18h30		GROUP 4+ DDO ARENA 1 I 17h00-18h00 D 18h00-18h30		
		GROUP 2 DDO ARENA 1 D 17h30-18h00 I 18h00-19h00		GROUP 3 DDO ARENA 1 D 17h30-18h00 I 18h00-19h00		
	GROUP 1 PFDS D 19h00-19h45 I 19h45-21h15		GROUP 1 TBD M 19h00-20h00	GROUP 1 DDO ARENA 1 D 18h00-19h00 I 19h00-20h00		

*D = DRYLAND/HORS-GLACE, I = ON-ICE/SUR GLACE, M = WEIGHT-TRAINING/MUSCULATION